

10º ANO 2018/2019

UFCD Técnica: **Modalidades Individuais**

O Técnico de Desporto: é um profissional que participa no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas individuais ou coletivas, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação dos tempos livres, animação e lazer.

Áreas de competências do Perfil do Aluno a desenvolver	Domínios das aprendizagens essenciais da disciplina	Descritores de desempenho dos alunos em consonância com as aprendizagens e o perfil à saída da escolaridade obrigatória.	Instrumentos da avaliação e peso na avaliação
<ul style="list-style-type: none"> - Linguagens e textos. - Informação e comunicação. - Raciocínio e resolução de problemas. - Pensamento crítico e pensamento criativo. - Relacionamento interpessoal. - Desenvolvimento pessoal e autonomia. - Bem-estar saúde e ambiente. - Sensibilidade estética e artística. - Saber científico, técnico e tecnológico. - Consciência do domínio do corpo. 	<p>Modalidades Individuais:</p> <p>UFCD Ginástica: Identificar e aplicar os diferentes padrões motores gímnicos relativos à ginástica solo, acrobática e aparelhos.</p> <p>UFCD Atletismo: Identificar e aplicar os principais aspectos técnicos ao nível das corridas, lançamentos e saltos. Organizar sessões de treino para as diferentes disciplinas do atletismo.</p> <p>UFCD Ténis de Mesa: Aplicar e descrever as principais técnicas da modalidade. Capacidade em organizar uma competição com descrição as principais regras.</p> <p>UFCD Remo: reconhecer as principais características do gesto</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conhece e compreende e utiliza conceitos e terminologias específicas das diversas áreas do saber. - Aplica conceitos provenientes das várias áreas do saber a novas situações. - Demonstra capacidade na resolução de problemas práticos. - Usa a língua portuguesa em diferentes situações de comunicação e nas várias áreas do saber. - Respeita a opinião dos outros. - Realiza tarefas com autonomia e cumpre prazos. - Cumpre as regras durante as atividades letivas. - Elabora trabalhos de pesquisa que contemplem a recolha de informações em diversas fontes, a organização e o tratamento das mesmas. - Utiliza as tecnologias de informação e comunicação. - Usa a língua estrangeira em diferentes situações de comunicação. - Domina as técnicas específicas de cada área do saber. - Conhece diversas formas de comunicação e expressão em todas as áreas. 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>Competências avaliadas com Testes, fichas e/ou</p> <p>Trabalhos</p> <p>20%</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>Interpretação e aplicação das competências específicas de cada UFCD (observação direta).</p> <p>60%</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>Competências avaliadas a partir de grelhas de observação do professor (domínio sócio afetivo)</p> </div>

	de remar. Identificar diferenças entre remo indoor e remo na água.		20%
--	--	--	------------

Alunos com atestado médico temporário: (serão avaliados nos conhecimentos em 70% e nas atitudes e valores 30%).

De acordo com a legislação em vigor aos alunos com atestado médico serão adaptados os critérios de avaliação existentes e deles serão informados/as os/as alunos/as e diretores/as de turma.

NOTA: Sendo as UFCDs (M.C., M.I. A.L.) baseadas, essencialmente, em aprendizagens motoras específicas, considera-se necessário que para o aluno ser avaliado /classificado, deve ter uma prática efetiva em pelo menos 50% das aulas dadas em cada UFCD.